

Inteligencia artificial para la sabiduría de la vida

Preguntas y respuestas para adultos mayores



Yailé Caballero Mota
Miriela Milagros Escobedo Nicot
Yanela Rodríguez Álvarez

Este título constituye un aporte al reto social del envejecimiento demográfico en Cuba. En el país más envejecido de América Latina y el Caribe, las autoras aportan un texto orientado a que los adultos mayores mantengan una vida activa y saludable. A través de sus páginas, en lenguaje claro y asequible, se promueve su acercamiento crítico y práctico a la inteligencia artificial (IA), entendida como un conjunto de tecnologías digitales con creciente impacto en la vida cotidiana.

La obra busca facilitar espacios de interacción intergeneracional, fortalecer la autoestima y calidad de vida, y atenuar riesgos de exclusión, aislamiento y soledad. Tal y como afirman las creadoras, al concluir su lectura las personas mayores podrán dialogar con mayor seguridad sobre la IA, comprender sus nociones básicas y utilizarla como herramienta de apoyo para hacer su vida más sencilla, participativa y conectada.

Este libro ha sido elaborado con el acompañamiento de herramientas de IA, empleadas como apoyo en procesos de documentación, organización y redacción preliminar, bajo la supervisión crítica y la validación académica de las autoras. De este modo, la obra no sólo explica la IA, sino que también ejemplifica el uso responsable, ético y creativo de estas tecnologías

Colaboradores

Dra. C. Anai Guerra Labrada

Dr. C. Wilkie Delgado Font

MSc. Larissa Beatriz Turtós Carbonell



Inteligencia artificial para la sabiduría de la vida

Preguntas y respuestas para adultos mayores

Yailé Caballero Mota
Miriela Milagros Escobedo Nicot
Yanela Rodríguez Álvarez



Edición y corrección: Ernesto Piñero de Laosa

Diseño de cubierta y diagramación: Dailin Muñoz Carmenates

Ilustraciones para cubierta e interior: Las autoras, con inteligencia artificial

Figuras del epígrafe interactivo: Yanela Rodríguez Álvarez, generadas con inteligencia artificial

© Yailé Caballero Mota, Miriela Milagros Escobedo Nicot y Yanela Rodríguez Álvarez, 2026

© Sobre la presente edición 2026:

Ediciones Universidad de Camagüey ISBN: 978-959-7222-45-3

Ediciones UO ISBN: 978-959-207-814-7

Ediciones UO

Avenida Las Américas No. 101 entre L y E, Reparto Ampliación de Terraza, Santiago de Cuba, Cuba

Telf.: +53 22644453

<https://ediciones.uo.edu.cu/>

jdp.ediciones@uo.edu.cu

edicionesuo@gmail.com

Ediciones Universidad de Camagüey

Carretera Circunvalación entre Camino Viejo de Nuevitas y Ave. Ignacio Agramonte

Camagüey, Cuba, CP 74650

<https://edicionesuc.reduc.edu.cu>

editorial.uc@reduc.edu.cu

editorialunicamaguey@gmail.com

Agradecimientos

Escribir este libro ha sido muy motivador y una experiencia inigualable. No lo habríamos logrado sin el apoyo y la inspiración de muchas personas.

Nuestro primer y más sincero agradecimiento es para todos los adultos mayores que, con valentía y una sonrisa, se atreven a preguntar “¿cómo funciona esto?” Su honestidad y su deseo de no quedarse atrás fueron la chispa que encendió la idea de este proyecto. A ustedes, gracias por prestarnos sus oídos y sus dudas en las primeras etapas.

A nuestros hijos, nativos digitales,¹ por recordarnos constantemente la brecha que a veces existe entre el conocimiento y la explicación sencilla. Sus ocurrencias fueron invaluable.

A los equipos de Ediciones UO y Ediciones Universidad de Camagüey, por creer en un proyecto poco convencional y ver el inmenso valor de llevar este conocimiento a un público tan valioso y a menudo olvidado por la tecnología. Su entusiasmo y profesionalidad hicieron posible que este libro llegara a sus manos.

Y, por supuesto, a Ud., lector. Gracias por dar el paso. Al tomar este libro, no solo está aprendiendo sobre inteligencia artificial; está demostrando que el aprendizaje es un viaje que no tiene fecha de caducidad. Este libro es para usted.

Las autoras

¹ El término “nativos digitales” lo acuñó en 2001 Marc Prenski, especialista norteamericano en educación, refiriéndose a los nacidos en la era digital; a diferencia de los “inmigrantes digitales”, grupo que integramos quienes nos familiarizamos con esa tecnología, ya como adultos. (N. del E.).

Dedicatoria

A la generación que ha visto cambiar el mundo desde la radio de válvulas hasta los asistentes de voz. Que nunca dejó de aprender, de adaptarse y de construir con sus manos el presente que hoy disfrutamos.

Este libro es un reconocimiento a su curiosidad infinita y una herramienta para seguir conquistando el futuro, con la sabiduría que solo da el tiempo.

Y, en especial, a nuestros padres y abuelos, que fueron nuestros primeros maestros en el arte de vivir y nuestros primeros alumnos en esta aventura de explicar la tecnología. Ellos nos enseñaron que nunca es tarde para aprender algo nuevo, si se hace con paciencia y cariño.

Las autoras

Índice

Prólogo / 8

¡Bienvenido al futuro, con la sabiduría del presente! / 10

Sección 1. Lo básico. ¿Qué es esta tal “inteligencia artificial”? / 12

Sección 2. La IA² en su día a día. Ya la está usando sin saber / 15

Sección 3. Herramientas prácticas de IA para usted / 19

Sección 4. Preocupaciones y ética. Usando la IA con seguridad / 23

Sección 5. Mirando hacia el futuro con optimismo / 26

Sección 6. Dé el siguiente paso: integrando la IA en su vida / 29

Sección 7. Para mentes curiosas: ejercicios prácticos con IA generativa / 32

Epígrafe interactivo: ponga a prueba lo aprendido / 37

Sopas de letras / 38

Crucigramas / 41

Palabras ocultas / 44

Soluciones / 46

Las autoras / 53

² IA es la abreviatura de inteligencia artificial.

Prólogo

El envejecimiento demográfico en Cuba constituye uno de los retos sociales, sanitarios y educacionales más complejos y urgentes del siglo XXI. Cuba experimenta una transformación demográfica acelerada, se ha modificado profundamente la estructura por edades de su población. Las proyecciones de la Oficina Nacional de Estadísticas e Información evidenciaron que al finalizar 2024 el 25,7 % de la población cubana superaría los 60 años. Ello refiere un alto valor de envejecimiento, lo cual posiciona a Cuba como el país más envejecido de América Latina y el Caribe.

Ante los múltiples desafíos que provoca esta situación, promover el envejecimiento activo-saludable se torna tema prioritario en la agenda pública del gobierno cubano, como estrategia clave para prevenir situaciones de dependencia, propiciar la inclusión de las personas mayores, reconfigurar su rol social y deconstruir imaginarios equívocos sobre este grupo etario.

El paradigma del envejecimiento activo-saludable promueve la participación social continua de las personas mayores a lo largo de su vida y en este proceso la inteligencia artificial (IA), en tanto facilita espacios de interacción intergeneracional, puede favorecer la autonomía, mejorar la autoestima y calidad de vida de las personas mayores, y con ello atenuar riesgos de exclusión, aislamiento y soledad. La interrelación de ambos dominios tecnológico y gerontológico se torna pertinente y plantea nuevos retos y oportunidades a la sociedad.

Una característica de las sociedades actuales es la convergencia de dos fenómenos crecientes y preponderantes: el envejecimiento masivo y la digitalización de la sociedad. Por tanto, el grupo de las personas mayores tiene que asumir el reto de integrarse al proceso de universalización del acceso a las nuevas tecnologías de la información y las comunicaciones y aprovechar las oportunidades de inclusión digital.

La propuesta del presente libro es una manera de contribuir a promover conocimientos, autonomía y competencias digitales de las personas mayores para su inclusión y participación en contextos sociales cada vez más digitalizados. Tal y como afirman las autoras, al concluir la lectura del texto: las personas mayores podrán hablar de la IA, tendrán nociones básicas de cómo usarla y ello hará su vida más fácil, divertida y conectada.

La IA contribuye a propiciar a las personas mayores las condiciones necesarias para vivir plenamente con sus potencialidades, intereses y limitaciones, en un mundo demandante de inclusión digital.

Sin lugar a dudas da sentido y propósito a la vida de los mayores en tanto propicia el acceso a la información, conexión social, entretenimiento, facilita actividades de la vida diaria, entre otros beneficios.

El libro destaca por su forma amena de redacción e interacción con el lector. Está estructurado de forma lógica conduciendo al lector desde los conocimientos básicos, pasando a las aplicaciones más usadas en la vida diaria, para luego adentrarlo en las herramientas prácticas de la IA, en las preocupaciones éticas de su uso y el futuro que nos depara a partir de sus avances. También incluye una sección que convoca a integrar la IA a la vida de las personas mayores para dar continuidad a la siguiente, dedicada a ejercicios prácticos con IA generativa. Esta última concluye con un epígrafe interactivo que estimula la creatividad del lector ya que puede poner a prueba lo aprendido durante la lectura a través de diversos ejercicios prácticos.

Reconocimiento y gratitud a las autoras por el libro que nos ofrecen, cuyo contenido es sumamente pertinente y de incalculable valía para las personas mayores. Es una manera de contribuir a minimizar las brechas digitales y de desigualdad que caracterizan a las sociedades en el uso y manejo de las nuevas tecnologías.

El lector y en particular las personas mayores tienen a su disposición una obra de contenido interesante y loable comprensión. Sus autoras, de forma amena, asumieron el reto de hacer asequible a lectores mayores los conceptos y herramientas básicas de un actual y complejo tema como lo es la IA.

Asumí la invitación a prologar el libro y como persona mayor agradezco la oportunidad de haber leído y aprendido con la lectura.

Para cualquier lector será una consulta provechosa de aprendizajes, inclusión y participación social.

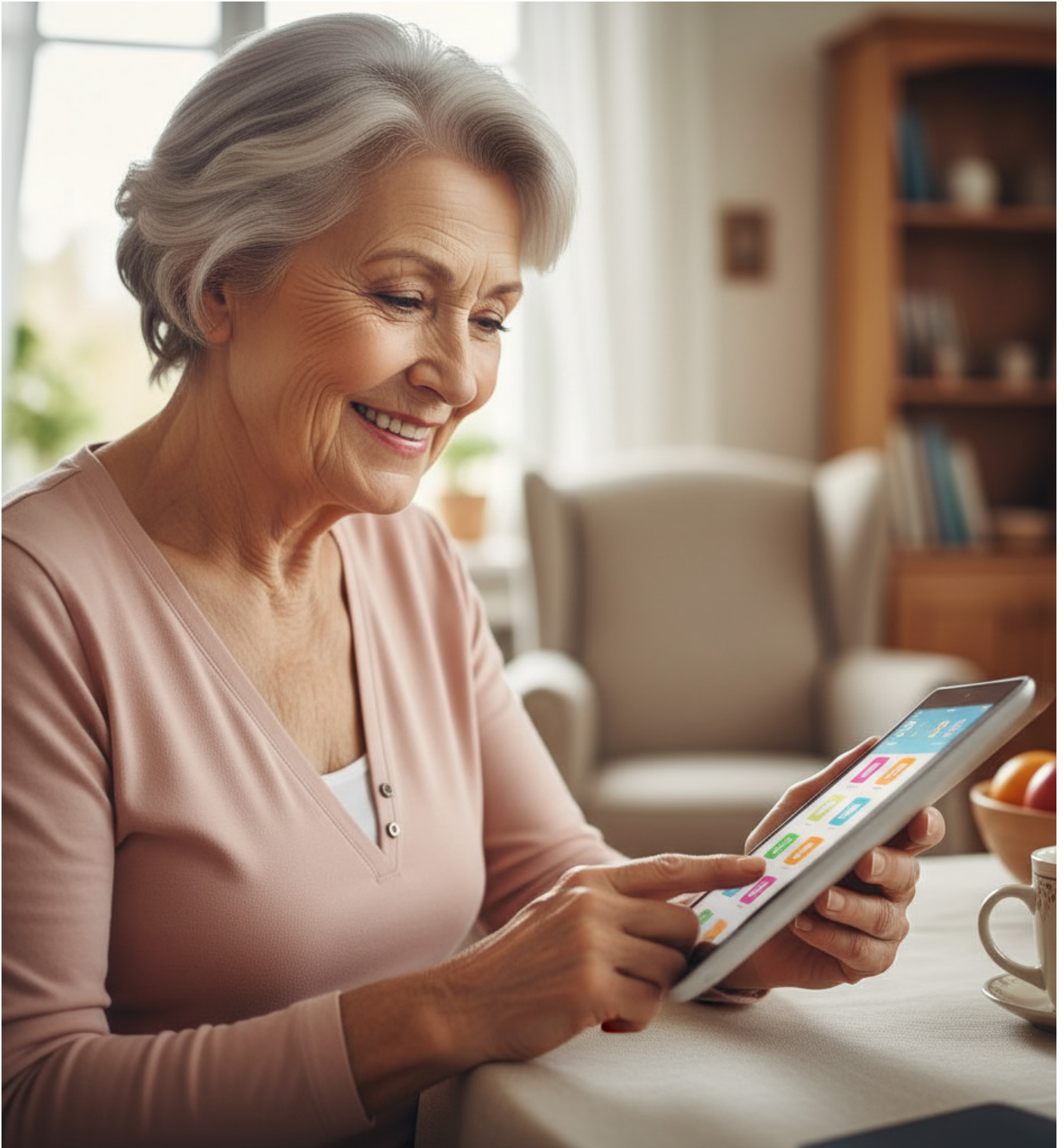
Dra. C. Mirtha Juliana Yordi García³

Profesora titular Universidad de Camagüey, Cuba

³ Licenciada en Filosofía, doctora en Ciencias Filosóficas. Profesora titular en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Camagüey, Cuba. Catedrática UNESCO (2002) en Estudios para el Desarrollo de la Universidad de Valencia, España. Profesora Huésped de la Universidad de Guadalajara, en el estado de Jalisco, México; docente invitada de los claustros de las maestrías del Departamento de Desarrollo Social (CUCSH) de la Universidad de Guadalajara y de la Escuela de Trabajo Social de la Universidad Autónoma de Coahuila, México. Miembro del equipo de coordinación de la Cátedra Universitaria del Adulto Mayor en la Universidad de Camagüey. Miembro de la Red Cubana de Estudios sobre Cuidados. Investiga en las temáticas relacionadas con el envejecimiento demográfico y los procesos de desarrollo social. Ha publicado artículos y libros sobre el desarrollo social, el envejecimiento, las personas mayores, los cuidados, y el trabajo social en Cuba.

Correo: mirtha.yordi@reduc.edu.cu / julianayordi77@gmail.com

¡Bienvenido al futuro, con la sabiduría del presente!



¿Por qué debería interesarme por la inteligencia artificial (IA)⁴ a mi edad?

La IA no es solo para jóvenes. Puede ser su mejor asistente para mantenerse conectado con su familia, cuidar su salud, simplificar sus tareas diarias y entretenerse. Aprender sobre ella es como aprender a leer: es una habilidad que abre nuevos mundos, da independencia y está al alcance de todos.

¿Cuál es el consejo más importante para un adulto mayor que se inicia en la IA?

La curiosidad es más importante que el conocimiento. No tema hacer preguntas “tontas”. No las hay. Cada pregunta es un paso para ganar independencia y confianza en el mundo digital.

Tengo miedo de que la IA sea muy complicada para mí. ¿Es normal sentirse así?

¡Absolutamente normal! Es como cuando vimos los primeros celulares. Con paciencia y con conceptos bien explicados, verá que no es magia, sino una herramienta. Usted ya tiene la experiencia de vida para entender el “porqué” de las cosas, y eso es una gran ventaja.

¿Necesito ser un experto en computadoras para entender este libro?

No, en absoluto. No se preocupe, aún si no ha usado siquiera WhatsApp o YouTube. Partiremos desde lo más básico: solo necesita interés y acceso a un dispositivo con internet.

Después de leer este libro, ¿qué seré capaz de hacer?

Tendrá una idea de lo que es la IA, perderá el miedo a hablar de ella y sabrá cómo usar herramientas básicas que harán su vida más fácil, divertida y conectada. Estará listo para explorar el futuro con optimismo y sabiduría.

Recuerde, querido lector, que usted ha vivido suficientes cambios tecnológicos como para saber que lo nuevo, al final, se acaba integrando en la vida. La IA es solo la siguiente ola. Usted no necesita surfearla a la velocidad de un adolescente, pero puede disfrutar nadando en sus aguas con calma y seguridad. Este libro es su salvavidas y su mapa. ¡Disfrute del viaje!

⁴ Reiteramos que en este texto se usa la abreviatura IA para denominar a la inteligencia artificial.

Sección I.
Lo básico. ¿Qué es esta tal “inteligencia artificial”?



¿Qué es exactamente la inteligencia artificial?

En términos sencillos, la IA es la capacidad de una máquina o programa de computadora para imitar el comportamiento humano inteligente. Es como enseñarle a una computadora a pensar, aprender y tomar decisiones por sí misma.

¿La IA piensa y siente como una persona?

No. Aunque puede parecerlo, la IA no tiene conciencia, emociones ni experiencias de vida. Es un sistema muy avanzado que encuentra tendencias o pautas en los datos. Es inteligente, pero no es “consciente”.

Entonces, la IA puede aprender y resolver problemas, pero no puede sustituir la experiencia humana ni las emociones.

¿En qué se diferencia la IA de un programa de computadora normal?

Un programa normal sigue instrucciones fijas (si pulsa A, pasa B). La IA, en cambio, puede aprender de la experiencia. Así, mejora sus respuestas por sí misma, sin necesidad de que un programador la modifique.

¿Qué es el “aprendizaje automático” o “machine learning”?

Es la forma principal en que la IA aprende. Imagine que le muestra miles de fotos de gatos a un niño hasta que él mismo los reconoce. La IA hace lo mismo: analiza millones de ejemplos para aprender un patrón (como reconocer un rostro o una palabra).

¿Y el “aprendizaje profundo” o “deep learning”?

Es un tipo de aprendizaje automático más potente, que imita la estructura de nuestro cerebro (con “neuronas virtuales”). Es el que permite hazañas como que un traductor traduzca textos complejos o que un coche se conduzca solo.

He oído hablar de “redes neuronales”. ¿Son como un cerebro?

Es una metáfora. El aprendizaje automático y el aprendizaje profundo son las dos formas principales en que la IA aprende. Las redes neuronales son modelos matemáticos que imitan nuestro cerebro y permiten que la IA encuentre soluciones complejas.

¿Qué son los “datos” y por qué son tan importantes para la IA?

Los datos son la “comida” de la IA. Son toda la información que usamos: fotos, textos, números, sonidos. Cuanta más información correcta, variada y bien organizada, “datos de calidad”, como fotos nítidas o textos bien escritos, tenga la IA para aprender, más inteligente y precisa se volverá.

Resumiendo

La IA es una herramienta que imita la inteligencia humana aprendiendo de datos, no una conciencia. Comprender sus fundamentos, como el aprendizaje automático junto con el aprendizaje profundo y las redes neuronales artificiales, es el primer paso para perderle el miedo y verla como lo que es: una tecnología poderosa pero manejable.

Sección 2.

La IA en su día a día. Ya la está usando sin saber



¿Dónde encuentro la IA en mi vida cotidiana?

Aunque no lo note, la inteligencia artificial ya está presente en su día a día. Cuando recibe una recomendación de un video en su teléfono, cuando el banco le sugiere una clave más segura, cuando un familiar le envía un meme que fue creado con IA, o cuando usa una aplicación para ver el pronóstico del tiempo... ¡todo eso es IA! Incluso en servicios nacionales como la búsqueda de información en redes sociales o la organización de fotos en su galería, la IA está ahí, haciendo su vida un poco más fácil.

¿Cómo me recomienda Facebook videos o páginas que me gustan?

Una IA analiza todo lo que usted hace en Facebook: las páginas que le gustan, los videos que mira y comparte, y con quién interactúa más. Luego, “predice” y le sugiere en su listado, flujo o “feed” noticias de órganos de prensa, grupos sobre música tradicional cubana o recetas de cocina, mostrándole contenido similar al que ya ha disfrutado.

¿Cómo me recomienda YouTube videos que me gustan?

Una IA analiza todo lo que usted ha visto, durante cuánto tiempo y lo compara con los gustos de millones de personas similares a usted. Luego “predice” qué nuevo video tiene más probabilidades de interesarle.

¿Cómo sugiere WhatsApp respuestas rápidas?

¿Ha notado que a veces, cuando recibe un mensaje del tipo “¿Cómo estás?”, WhatsApp le sugiere respuestas como “¿Bien, gracias” o “Estoy bien”? Esa es una IA que analiza el mensaje recibido y propone una respuesta corta para que usted solo tenga que tocarla para enviarla.

¿Cómo funciona el traductor de Google?

Una IA entrenada con millones de textos y sus traducciones humanas ha aprendido los patrones y reglas de los idiomas. No traduce palabra por palabra, sino que entiende el contexto y el significado completo de la frase.

¿Cómo funciona el traductor integrado en Facebook o WhatsApp?

Cuando un familiar o amigo en el exterior le escribe un mensaje en WhatsApp en otro idioma, usted puede mantener presionado el texto y seleccionar “Traducir”. Eso lo hace una IA que ha aprendido de millones de textos, permitiéndole entender el mensaje al instante, sin necesidad de un diccionario.

¿Cómo funciona el asistente de voz de mi teléfono (como Siri o el Asistente de Google)?

Usted habla, el asistente convierte su voz en texto, una IA lo comprende y busca la respuesta o acción más adecuada, y luego le responde con una voz sintética. ¡Es pura IA en acción!

¿Cómo sabe Instagram qué publicaciones mostrarme?

Al igual que Facebook, Instagram (que también es de Meta⁵) usa IA para ordenar su página o “feed” de inicio. Si usted sigue cuentas de arte cubano, la IA le priorizará más contenido sobre pintores o exposiciones. Si interactúa mucho con las fotos de sus nietos, le mostrará más de eso.

¿Cómo funciona el filtro de correo no deseado en mi cuenta de correo?

Si usted tiene una cuenta de correo como Gmail o Nauta, la IA es la que aprende a identificar los correos no deseados o “spam” (como publicidades no solicitadas) y los separa automáticamente de su bandeja de entrada principal, protegiéndolo de posibles engaños.

¿Cómo me reconoce la cámara de mi teléfono para desbloquearlo?

La IA crea un “mapa” único de su rostro (la distancia entre sus ojos, la forma de su barbilla) y lo compara con el mapa guardado. Es mucho más seguro que una simple foto.

⁵ Meta es una empresa tecnológica multinacional estadounidense. Es conocida principalmente por sus plataformas sociales: Facebook, Instagram, WhatsApp, Messenger, Threads.

¿Cómo reconoce o etiqueta Facebook a mis amigos en las fotos automáticamente?

La IA de reconocimiento facial de Facebook (aunque puede desactivarse en ajustes) analiza las fotos que usted y sus amigos suben. Si detecta el rostro de un contacto suyo, le sugerirá etiquetarlo. Es la misma tecnología que usan sus hijos o nietos para etiquetarlo a usted en las fotos familiares.

¿Cómo convierte WhatsApp los mensajes de voz en texto?

Cuando recibe un mensaje de voz largo y no puede escucharlo (o simplemente prefiere leer), WhatsApp tiene una función mágica: mantener presionado el audio y aparecerá la opción “Transcribir audio”. Al tocarla, una IA convierte automáticamente las palabras habladas en texto escrito. Es especialmente útil si está en un lugar ruidoso o si quiere guardar una receta o indicación que le han enviado por voz. La IA entiende el español de Cuba con sus modismos y acento, ¡es como tener un secretario personal!

Resumiendo

Como ve, la IA ya está en muchas partes de su vida y es parte invisible de nuestra rutina, desde recomendarle videos hasta traducir mensajes y organizar sus fotos. Reconocer su presencia cotidiana ayuda a normalizarla y a apreciar su utilidad inmediata.

Sección 3.

Herramientas prácticas de IA para usted



¿Qué es un “chatbot” y cómo puedo usarlo?

Un chatbot es un programa con el que puede conversar por texto. Algunos de los más famosos son GPT, Claude, Gemini, DeepSeek, ChatGPT. Puede preguntarle cualquier cosa, pedirle que escriba una carta, que le explique un concepto o que le dé ideas para una reunión familiar.

DeepSeek es el modelo preferido de las autoras. Totalmente gratuito, con gran capacidad de razonamiento, soporte de 128 K de contexto y búsqueda web. Una opción muy potente y accesible.

¿Qué es DeepSeek y para qué me sirve?

Es un asistente de conversación muy inteligente. Puede ser su compañero para

- Escribir: Redactar emails, cartas o mensajes.
- Aprender: Pedirle que le explique cualquier tema como si tuviera 10 años.
- Creatividad: Que le invente un poema para el cumpleaños de un nieto.
- Resumir: Péguale un texto largo y pídale un resumen.

Tenga en cuenta que, en Cuba, el acceso a algunas aplicaciones puede variar. Te recomendamos usar aquellas gratuitas y que no están bloqueadas para nuestro país, como DeepSeek, o preguntar a tus familiares qué herramientas usan ellos.

Para descargar estas y otras herramientas ve a la tienda de tu teléfono (Play Store en Android, App Store en iPhone) y escribe el nombre de la aplicación. También puedes hacerlo a través del buscador de Google. Si se te dificulta este paso pide ayuda, pero no desistas a esta altura, no te arrepentirás.

¿Cómo puedo crear imágenes con IA?

Con herramientas como DALL-E, Midjourney o Bing Image Creator. Usted solo describe lo que quiere ver (“un perro leyendo un periódico en un parque al atardecer”) y la IA generará la imagen para usted. ¡Es fascinante!

En este punto usted pudiera preguntarse: ¿Para qué crear imágenes con IA? Por ejemplo: para hacer un dibujo único para tu nieto, recrear un recuerdo especial, diseñar una postal de felicitación, diseñar la ropa que quieres coser o hasta para hacer un “meme” para compartir con amigos.

¿Puede la IA ayudarme con mi salud?

Sí, y mucho. Puede analizar radiografías y escáneres con una precisión increíble para detectar problemas tempranos. También hay aplicaciones que le recuerdan tomar sus medicamentos o monitorizan su ritmo cardíaco, presión arterial e incluso que amplifican el volumen de su teléfono, las letras, los números y hasta los íconos como Ultimate Volumen Booster y Wiser, disponibles en la tienda de aplicaciones.

¿Existen asistentes para recordarme mis medicamentos?

Sí, hay muchas aplicaciones que usan IA. Usted introduce su horario de medicamentos y la app no solo le envía una alerta, sino que puede aprender de su rutina para recordárselo en el momento más oportuno.

Algunas aplicaciones para recordatorios de medicinas son: MedControl, Medisafe, Recordatorio BZ, entre otras.

¿Puede la IA leerme un texto en voz alta?

¡Por supuesto! Los “sistemas de texto a voz” son IA que leen cualquier texto digital (un artículo de internet, un PDF) con voces muy naturales y comprensibles. Es ideal si la vista ya no es lo que era.

¿Puedo usar la IA para organizar mis fotos antiguas?

Sí. Servicios como Google Fotos usan IA para reconocer caras, lugares y fechas. Puede buscar “mar” o “Juanito 1985” y la IA le mostrará todas las fotos relacionadas, incluso si no las etiquetó manualmente.

¿La IA puede ser mi entrenador personal?

A su manera, sí. Aplicaciones de ejercicios y entrenamientos pueden crear rutinas de ejercicio personalizadas según su edad, condición física y objetivos, y van ajustándolas según su progreso. Algunos ejemplos son Pilates en Casa, UpFit, Yoga.

Resumiendo

Hay aplicaciones para todo, se trata de encontrar la que se adapte a nuestras necesidades. Desde asistentes de conversación hasta aplicaciones de salud y organización de fotos, la IA ofrece soluciones concretas para enriquecer la vida diaria. Su valor está en actuar como un compañero versátil que potencia la creatividad, el cuidado personal y la gestión de recuerdos.

Sección 4.

Preocupaciones y ética. Usando la IA con seguridad



¿La IA me va a quitar mi privacidad?

Es una preocupación válida. La IA necesita datos, y a veces son datos personales. La clave está en usar servicios de compañías serias, revisar la configuración de privacidad y ser consciente de qué información comparte.

Se puede estar preguntando: ¿Cómo saber si una compañía es seria? Busque el nombre de la compañía en internet junto con palabras como “opiniones”, “confiable” o “privacidad”. Lea opiniones de otros usuarios. Prefiera aplicaciones muy populares y de desarrolladores conocidos.

Por otro lado, para revisar la configuración de privacidad, vaya a “Ajustes” o “Configuración” en la aplicación de IA que esté usando y busque la sección “Privacidad”.

¿Es seguro dar mis datos a estas aplicaciones de IA?

Dé sólo la información necesaria. Use contraseñas seguras y distintas para cada servicio. Desconfíe de aplicaciones gratuitas que piden demasiados datos personales sin una razón clara.

¿Puedo confiar en todo lo que me dice una IA?

No. Las IA a veces “alucinan” o inventan información que parece veraz. Siempre debe contrastar la información importante (sobre salud, leyes o finanzas) con otras fuentes fiables.

La IA es útil por su rapidez y accesibilidad, pero para temas importantes como salud o finanzas, siempre confíe en fuentes oficiales y en los especialistas.

¿Qué son los “sesgos” en la IA?

Si una IA se entrena con datos sesgados (por ejemplo, mayoritariamente de un grupo de personas), sus decisiones serán injustas con otros grupos. Es un reflejo de los prejuicios humanos, no un defecto de la máquina.

Conocer los sesgos te ayuda a entender por qué a veces la IA no “comprende” ciertos acentos o contextos culturales. Por eso, es importante que uses aplicaciones que reconozcan el español de Cuba.

¿La IA va a reemplazar todos los trabajos?

La IA transformará muchos trabajos, automatizando tareas repetitivas. Pero también creará nuevos empleos. Lo más probable es que se convierta en una “herramienta colaboradora” que nos ayude a ser más productivos.

¿Puede la IA ser peligrosa?

Como cualquier herramienta poderosa (la electricidad, un auto), depende de su uso. La IA en manos equivocadas puede usarse para crear noticias falsas o ciberataques. Por eso es crucial que existan leyes y un desarrollo ético.

¿Cómo puedo detectar un “deepfake” o un audiovisual falso?

Las “deepfakes” son imágenes, videos o audios que son manipulados o generados con IA. Para detectarlas, fíjese en detalles poco naturales: el movimiento de los labios que no coincide perfectamente con el audio, los ojos que no parpadean o la piel que parece demasiado lisa.

¿Cómo puedo identificar noticias falsas o “fake news”?

Verifique si el sitio web que publicó la noticia es confiable. Revisar el contenido buscando incoherencias, lenguaje sensacionalista o afirmaciones exageradas. Contraste la información con medios de comunicación oficiales.

Resumiendo

Usar la IA con seguridad exige ser consciente de la privacidad, verificar la información importante y entender sus sesgos. La ética y el criterio humano son esenciales para navegar este mundo digital y protegerse de sus potenciales riesgos.

Sección 5.

Mirando hacia el futuro con optimismo



¿Qué es la “superinteligencia artificial” o IA general?

Es un concepto hipotético de una IA que superaría en todos los aspectos a la inteligencia humana. Por ahora es ciencia ficción, pero es un tema de debate entre los expertos.

¿La IA puede ser creativa?

Puede imitar la creatividad. Puede generar pinturas en el estilo de Van Gogh, componer música o escribir poesía. Pero carece de la intención emocional y la experiencia vital que hay detrás de la creatividad humana.

Esto puede resultarte útil para inspirarte en tus manualidades, escribir poemas para tus seres queridos o decorar tus espacios con arte personalizado.

¿Cómo ayudará la IA a los médicos?

Será un “segundo par de ojos” infalible. Analizando historiales clínicos y pruebas, podrá ayudar a los médicos a diagnosticar enfermedades de forma más rápida y precisa, personalizando los tratamientos para cada paciente.

¿Puede la IA ayudarnos a combatir el cambio climático?

Sí. Puede optimizar el consumo de energía en las ciudades, predecir desastres naturales con mayor antelación, y ayudar a diseñar materiales y procesos industriales menos contaminantes.

¿Habrá robots con IA en todos los hogares?

Es probable. Ya existen robots aspiradoras. En el futuro, podríamos tener asistentes robóticos más avanzados para ayudar con la limpieza, la cocina o la compañía, especialmente para personas con movilidad reducida.

¿La IA puede ser una compañía para personas que se sienten solas?

Los “chatbots” conversacionales pueden ofrecer conversación y entretenimiento, aliviando la sensación de soledad. Sin embargo, es importante recordar que no son un sustituto del contacto humano genuino ni del cariño de la familia y los amigos.

Resumiendo

El futuro con IA es optimista, promete avances en medicina, cuidado ambiental y compañía, siempre como un apoyo y no un reemplazo de lo humano. Su evolución nos invita a adaptarnos con esperanza, manteniendo nuestra esencia y valores.

Sección 6.

Dé el siguiente paso: integrando la IA en su vida



¿Por dónde puedo empezar a usar la IA hoy mismo?

- Si tiene un teléfono Androide, active el Asistente de Google y pídale que toque una canción de la Orquesta Aragón o pregúntele sobre el clima.
- Pruebe DeepSeek: Vaya a la web de DeepSeek (<https://chat.deepseek.com/>) y empiece a hacerle preguntas sencillas.
- Use el traductor de Google: Traduzca una frase a otro idioma solo por curiosidad.
- En Facebook: Fíjese en las “sugerencias de amistad”. La IA las genera basándose en amigos en común, lugares de trabajo o estudio que haya puesto en su perfil.
- Explore las “sugerencias de grupos” sobre sus *hobbies*.

Use Google Fotos para organizar sus recuerdos: Si tiene fotos de su familia, de su juventud o de sus viajes por Cuba en el teléfono, la aplicación Google Fotos usa IA para organizarlas. Puede buscar “mar”, “Habana Vieja”, “auto antiguo” o el nombre de un familiar. La IA le mostrará todas las fotos donde aparezca eso, incluso si nunca las etiquetó manualmente.

¿Necesito un teléfono o computadora muy potente para usar IA?

No necesariamente. La mayoría de las herramientas de IA que hemos mencionado funcionan “en la nube” (desde internet), por lo que su dispositivo solo necesita una conexión estable.

¿Qué es la “nube” en computación?

Es simplemente un término para describir servidores enormes en otras partes del mundo donde se almacenan datos y se ejecutan programas. Usar la nube es como alquilar un espacio en uno de esos servidores, en lugar de guardarlo todo en su dispositivo.

¿Es caro usar aplicaciones de IA?

Muchas tienen versiones gratuitas muy completas (como Deepseek o los traductores). Otras son de pago, pero para el uso cotidiano de la mayoría de las personas, las opciones gratuitas son más que suficientes.

¿Dónde puedo aprender más sobre IA de forma segura?

Busque canales de YouTube de divulgación científica o universidades. Bibliotecas públicas y centros para adultos mayores suelen ofrecer talleres de tecnología. ¡Este libro es un gran primer paso!

Mi hijo/nieto sabe mucho de esto. ¿Cómo le pido ayuda sin sentirme una carga?

Acérquese con curiosidad, no con frustración. Dígale: “He estado leyendo sobre esto y me parece fascinante. ¿Me enseñarías a usar esa herramienta que genera imágenes?”. Compartir este interés puede ser un puente maravilloso entre generaciones.

¿Qué hago si me siento abrumado?

¡Descanse! Nadie aprende esto de la noche a la mañana. Cierre la aplicación, tome un té y vuelva otro día. Aprender es un placer a cualquier edad. La IA le ayuda a mantener su mente activa, comunicarse con sus seres queridos y explorar nuevos hobbies.

Un concepto no me queda claro, ¿qué debo hacer?

¡Volver a leerlo sin sentir vergüenza! La IA es compleja. Anote sus dudas y búsquelas de una en una. La paciencia es su mejor aliada.

Resumiendo

Iniciarse con la IA es sencillo: se puede comenzar hoy mismo con herramientas gratuitas y accesibles, usando la curiosidad y la paciencia como guías. Pedir ayuda y aprender a un ritmo propio son las claves para una experiencia positiva y enriquecedora.

Sección 7:

Para mentes curiosas: ejercicios prácticos con IA generativa



Esta sección es para usted, que ya le perdió el miedo al teléfono, le gusta explorar y quiere ir un paso más allá. Aquí encontrará ejercicios prácticos y proyectos sencillos para sacarle verdadero provecho a la inteligencia artificial generativa, esa que puede crear texto, imágenes y más, a partir de una simple instrucción.

Ejercicio 1: Cree su primer asistente de cocina con IA

Objetivo: Usar DeepSeek o un chatbot similar para generar recetas con los ingredientes que tenga a mano.

Pasos:

1. Abra la aplicación de DeepSeek o un chatbot similar en su teléfono o en el navegador de su computadora o tableta.
2. Escriba un mensaje claro, por ejemplo:
“Tengo pollo, cebolla, ajo, arroz y limón. ¿Puedes darme una receta cubana sencilla para hacerla con esto?”
3. La IA le generará una receta paso a paso. Puede pedirle que la ajuste: “¿Puedes hacerla para solo dos personas?” o “Mi nieto no come picante, ¿puedes quitarlo?”

Concepto que aprende: Cómo crear prompts o dar instrucciones claras a la IA para obtener resultados útiles.

Ejercicio 2: Automatice sus mensajes de felicitación

Objetivo: Usar la IA para crear mensajes personalizados y únicos para cumpleaños y fechas especiales.

Pasos:

1. En DeepSeek, pídale ayuda. Ejemplo:
“Es el cumpleaños de mi amigo Carlos, que le gusta el béisbol y la música de los Van Van. Escribe un mensaje de felicitación corto, divertido y personalizado que incluya esas dos aficiones.”
2. Copie el mensaje generado y envíelo por WhatsApp. ¡Su amigo pensará que se le ocurrió a usted solo!

Concepto que aprende: Personalización y automatización de tareas repetitivas de comunicación.

Ejercicio 3: Escriba una historia familiar con ayuda de un “coautor” IA

Objetivo: Usar la IA como un ayudante para redactar anécdotas o historias.

Pasos:

1. Piense en una anécdota familiar que quiera escribir (ejemplo: “Cómo mis padres se conocieron en el carnaval de Santiago”).
2. En DeepSeek, escriba:
“Ayúdame a escribir una historia corta y emotiva. La idea es esta: [Escriba aquí la anécdota breve]. Por favor, escríbela con un tono cálido y descriptivo.”
3. La IA generará un texto base. Usted puede editarlo, añadir sus propios detalles y corregir lo que no sea exacto. La IA es el borrador, usted es el autor final.

Concepto que aprende: La IA como herramienta de colaboración, no de reemplazo, para superar la “página en blanco”.

Ejercicio 4: Recree sus fotos antiguas con IA

Objetivo: Usar herramientas de IA para colorear, reparar y mejorar fotos antiguas de la familia.

Pasos:

1. Tome una foto con su teléfono a una fotografía física antigua (que esté en blanco y negro o dañada).
2. Busque en Google “herramientas gratis para restaurar fotos con IA”. Sitios como MyHeritage, Al Time Machine o Remini son muy populares.
3. Suba la foto siguiendo las instrucciones del sitio web o la aplicación.
4. En segundos, verá su foto restaurada, con colores y detalles mejorados. ¡Es como viajar en el tiempo con un clic!

Concepto que aprende: Uso de herramientas de IA especializadas para tareas creativas y de preservación de la memoria.

Ejercicio 5: Converse con la IA en tiempo real (texto a voz)

Objetivo: Usar la función de voz de DeepSeek para tener una conversación hablada.

Pasos:

1. En la aplicación de DeepSeek, busque el ícono de auricular.
2. Tóquelo y hable en español como si estuviera hablando con una persona.
3. Puede preguntarle: “Háblame sobre la historia del danzón” o “Dame ideas para organizar mi jardín con plantas tropicales”.
4. La IA le responderá con una voz sintética pero natural. Es perfecto para practicar otro idioma también.

Concepto que aprende: Interacción multimodal (voz y texto) con asistentes de IA.

Ejercicio 6: Genere una obra de arte única

Objetivo: Crear una imagen digital a partir de una descripción de un lugar o recuerdo cubano.

Pasos:

1. Use un generador de imágenes gratuito como DALL-E 3 (integrado en Bing/Copilot) o Canva. Para encontrar DALL-E 3: ve a bing.com/create o busca Bing Image Creator en Google.
2. En la barra de búsqueda, escriba una descripción detallada en español. Por ejemplo: “Pintura al óleo del malecón habanero al atardecer, con olas rompiendo fuerte y coches antiguos americanos, estilo realista”.
3. La IA generará varias opciones. ¡Elija su favorita y guárdela para fondos de pantalla o para compartir con la familia!

Concepto que aprende: El poder de la descripción lingüística (“prompt”) en la IA generativa visual.

Desafío final: Cree su propio “asistente de memorias”

Proyecto: Use una combinación de las herramientas anteriores para un proyecto significativo.

- Fase I - Recopilación: Restaure 3-5 fotos antiguas con IA (Ejercicio 2).

- Fase 2 - Narración: Para cada foto, use la IA (Ejercicio 3) para que le ayude a redactar el recuerdo que evoca. “¿Quiénes son las personas en esta foto? ¿Dónde fue tomada?”.
- Fase 3 - Presentación: Junte las fotos restauradas y los textos en un documento simple o una presentación. Puede pedirle a un familiar que le ayude a imprimirlo o a crearlo en Canva. ¡Habrán creado un pequeño archivo familiar digital con ayuda de la IA!

Consejo de seguridad: Recuerde no subir a estas herramientas, fotos o información personal extremadamente sensible (como documentos de identidad).

¡Felicidades! Al completar estos ejercicios, no solo está usando tecnología de vanguardia, sino que está creando, preservando memoria y haciendo su vida más divertida y organizada. La curiosidad es su mejor herramienta.

Epígrafe interactivo: ponga a prueba lo aprendido



Sopas de letras

Sopa de letras I: Conceptos básicos. Fundamentos de la IA

Instrucciones: Encuentre las 8 palabras relacionadas con los fundamentos de la IA en la siguiente cuadrícula. Las palabras a encontrar son: APRENDIZAJE, ARTIFICIAL, CHATBOT, COMPUTADORA, DATOS, INTELIGENCIA, PATRONES, RED NEURONAL.

Pista: Las palabras están ocultas horizontal.

Z	X	T	N	L	R	B	R	F	T	E	A	A	K
U	I	U	G	I	C	H	D	B	N	S	A	P	G
X	U	N	B	C	H	A	T	B	O	T	L	N	D
D	A	T	O	S	A	U	E	N	Y	L	Z	X	T
Y	G	R	A	P	R	E	N	D	I	Z	A	J	E
N	F	R	E	D	N	E	U	R	O	N	A	L	G
P	A	T	R	O	N	E	S	G	X	D	Q	F	G
V	C	O	M	P	U	T	A	D	O	R	A	R	D
B	K	T	G	O	I	Q	B	L	C	P	T	A	I
W	E	A	R	T	I	F	I	C	I	A	L	K	N
T	U	I	N	T	E	L	I	G	E	N	C	I	A
I	Z	K	H	L	E	X	X	H	V	Z	F	B	G
P	K	S	R	C	F	L	Z	B	H	V	H	U	M
Q	T	C	R	A	M	V	L	N	C	B	U	R	Q

Sopa de letras 2: La IA en su vida. Herramientas y aplicaciones de IA

Instrucciones; Encuentre las 8 palabras sobre herramientas y aplicaciones cotidianas de la IA. Las palabras a encontrar son: ASISTENTE, AUTÓNOMO, DESBLOQUEO, GPS, RECOMENDACIÓN, TRADUCTOR, YOUTUBE.

Pista; Las palabras pueden estar ocultas horizontal o verticalmente.

E	O	D	M	Y	E	A	Q	B	L	G	P	J	Q
M	V	W	L	O	D	B	C	K	F	M	D	X	B
P	W	L	E	U	F	H	Q	S	O	U	E	L	N
W	J	M	J	T	R	C	M	P	T	O	S	O	F
D	W	C	D	U	A	N	T	O	O	H	B	G	T
E	A	C	I	B	V	Y	B	U	S	P	L	L	E
K	E	P	U	E	U	V	V	V	O	I	O	R	M
A	S	I	S	T	E	N	T	E	Q	M	Q	U	W
Z	T	R	A	D	U	C	T	O	R	V	U	T	A
U	S	E	F	H	L	X	I	R	Y	L	E	P	B
J	S	H	Z	I	W	X	C	N	P	Q	O	Q	H
N	T	W	W	U	Z	N	C	E	N	G	P	S	Q
A	R	E	C	O	M	E	N	D	A	C	I	O	N
J	K	D	A	U	T	O	N	O	M	O	C	S	Z

Sopa de letras 3: El futuro y la seguridad. Temas avanzados y éticos de la IA

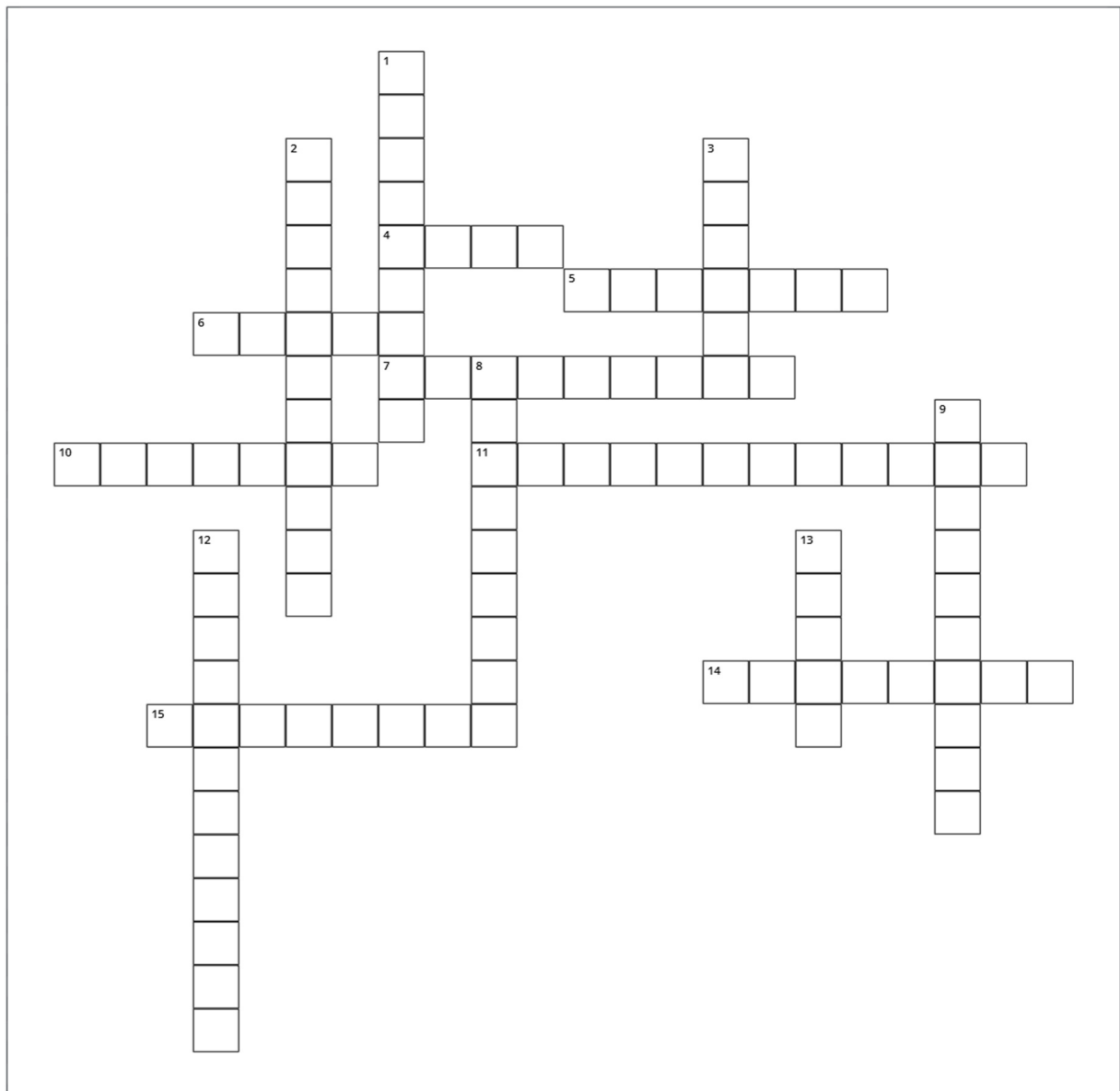
Instrucciones: Encuentre las 8 palabras sobre temas avanzados y éticos de la IA. Las palabras a encontrar son: ALUCINAR, CREATIVIDAD, DEEPFAKE, ÉTICA, PRIVACIDAD, ROBOTS, SEGURIDAD, SUPERINTELIGENCIA.

Pista: Las palabras pueden estar ocultas horizontal, vertical o diagonalmente.

E	F	Y	C	E	D	I	J	P	E	F	E	M	E
P	I	Z	R	Z	A	E	S	T	H	H	Y	O	I
X	Y	R	E	T	K	L	E	X	Y	M	B	N	N
G	G	O	A	B	Z	G	U	P	E	Y	T	O	T
W	Z	P	T	W	Y	E	Q	C	F	X	Z	H	E
C	M	R	I	R	F	I	V	Q	I	A	Q	S	L
S	N	I	V	O	E	T	A	Z	H	N	K	F	I
P	X	V	I	B	É	T	I	C	A	Z	A	E	G
B	A	A	D	O	Q	A	M	S	Y	L	K	R	E
E	T	C	A	T	V	G	E	L	U	Q	Q	N	N
C	A	I	D	S	O	W	I	F	S	P	L	O	C
V	D	D	T	H	X	S	W	G	Y	E	E	D	I
R	C	A	G	D	H	A	V	C	K	T	F	R	A
M	I	D	S	E	G	U	R	I	D	A	D	P	F

Crucigramas

Crucigrama I: Lo esencial



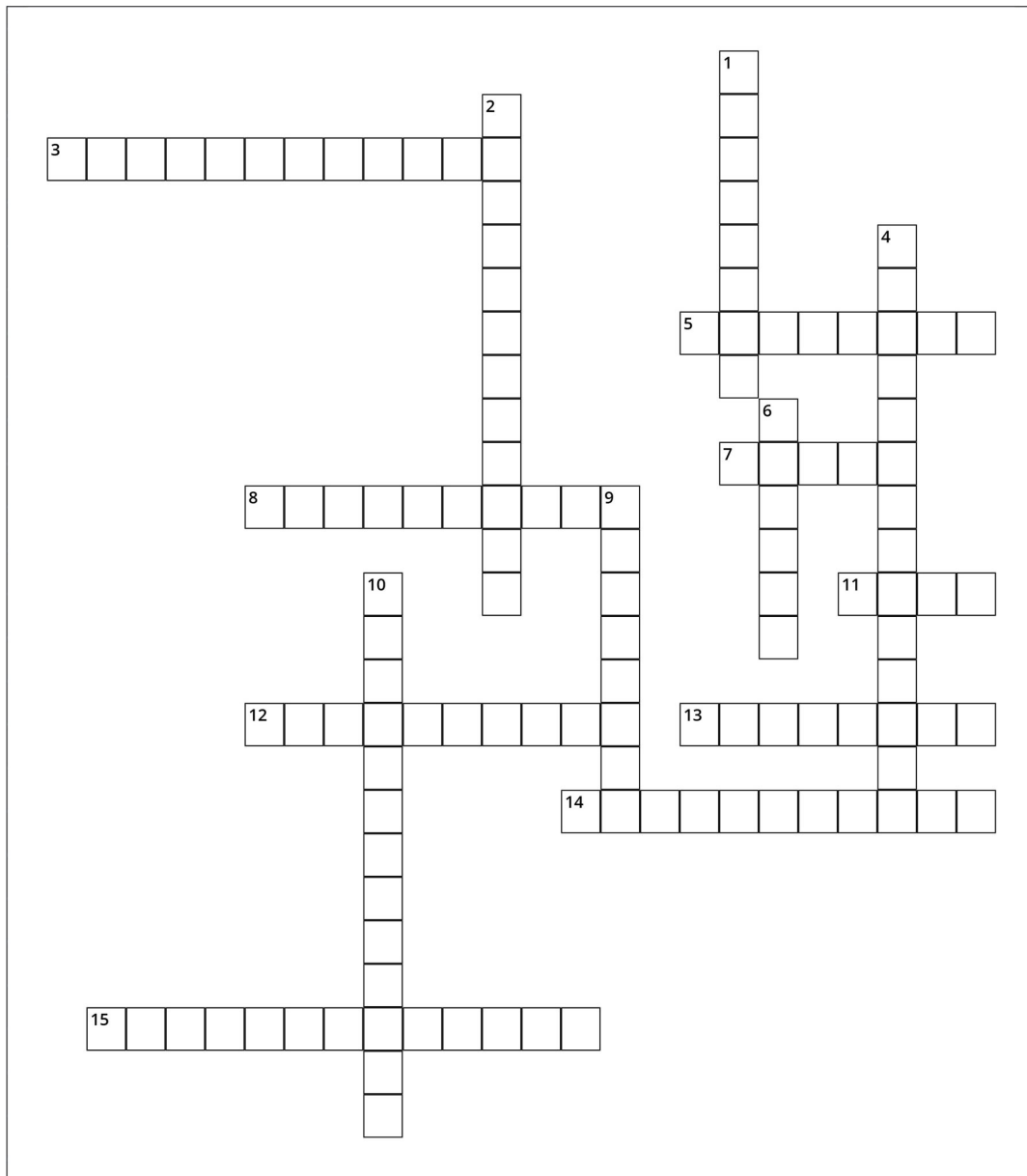
Horizontales

4. Lugar donde se almacenan los datos y programas (la _____).
5. Plataforma que usa IA para recomendarle videos.
6. La IA puede _____ imágenes a partir de una descripción.
7. Los coches que se conducen solos son _____.
10. Programa que simula una conversación humana por texto
11. Asistente que convierte la voz de Ud. en texto y luego le responde.
14. Tipo de aprendizaje automático muy potente que imita al cerebro.
15. Así se llama cuando una IA inventa información.

Verticales

1. Concepto de una IA que superaría en todo a la inteligencia humana.
2. Modelo matemático inspirado en las conexiones del cerebro.
3. Lo que analiza la IA para desbloquear su teléfono con el rostro de Ud.
8. Herramienta que usa IA para traducir frases completas.
9. Lo que la no tiene a persar de ser inteligente (conciencia, emociones).
12. Habilidad de una máquina para imitar el comportamiento inteligente.
13. La “comida” de la IA, toda la información que usa para aprender.

Crucigramas 2: IA en su día a día



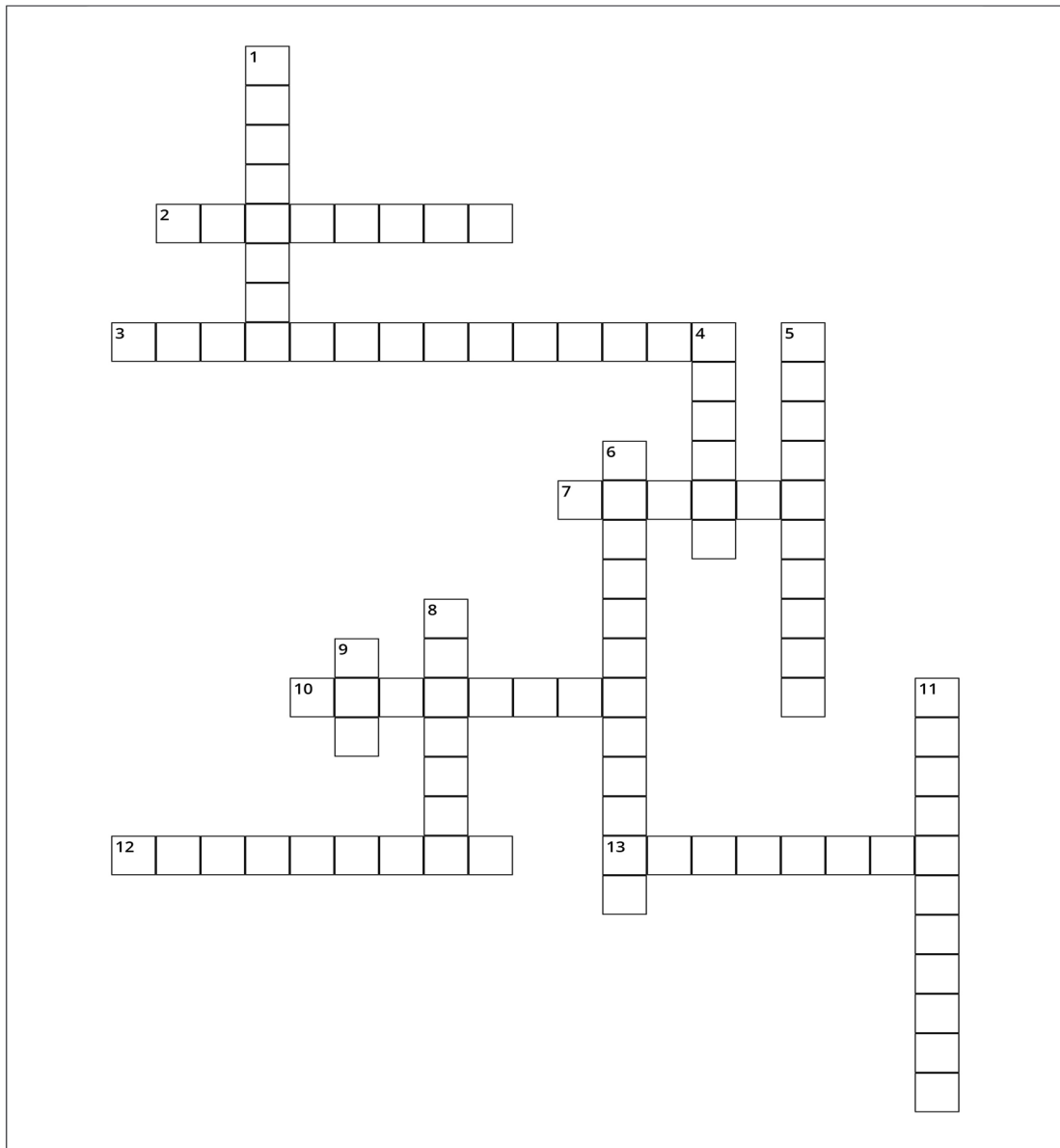
Horizontales

3. Proceso de reparar y mejorar fotos antiguas usando IA.
5. Red social que usa IA para sugerir amigos y contenido relevante.
7. Herramienta que genera imágenes a partir de descripciones textuales.
8. Tipo de acción que realiza la IA sin intervención humana directa.
11. Asistente virtual de Apple que responde a comandos de voz.
12. Aprendizaje _____. capacidad de la IA para mejorar sin programación explícita.
13. Aplicación de mensajería con funciones de IA como respuestas rápidas sugeridas.
14. Aplicación que usa IA para organizar automáticamente las fotos de Ud. por caras, lugares y fechas.
15. Función que convierte mensajes de voz en texto escrito automáticamente..

Verticales

1. Sistema que identifica y separa correos no deseados de su bandeja de entrada principal.
2. Respuestas _____. opciones de respuesta rápida que propone la IA en aplicaciones de mensajería.
4. Asistente virtual de Google que responde a comandos de voz.
6. Reconocimiento _____. Tecnología que identifica rostros para desbloquear dispositivos.
9. Tipo de vehículos que pueden navegar sin conductor humano.
10. Sugiere contenido basado en las preferencias y comportamiento de Ud.

Crucigrama 3: Conceptos y herramientas de IA



Horizontales

2. Plataforma china de chat con IA capaz de generar texto y responder preguntas
3. Contenidos adaptados específicamente a cada persona.
7. Hacer que las fotos se vean mejor usando IA.
10. Asistentes diseñados para reducir la soledad. Robots de _____.
12. Programa que respondea comandos hablados.
13. Red _____. Sistema computacional inspirado en el cerebro humano.

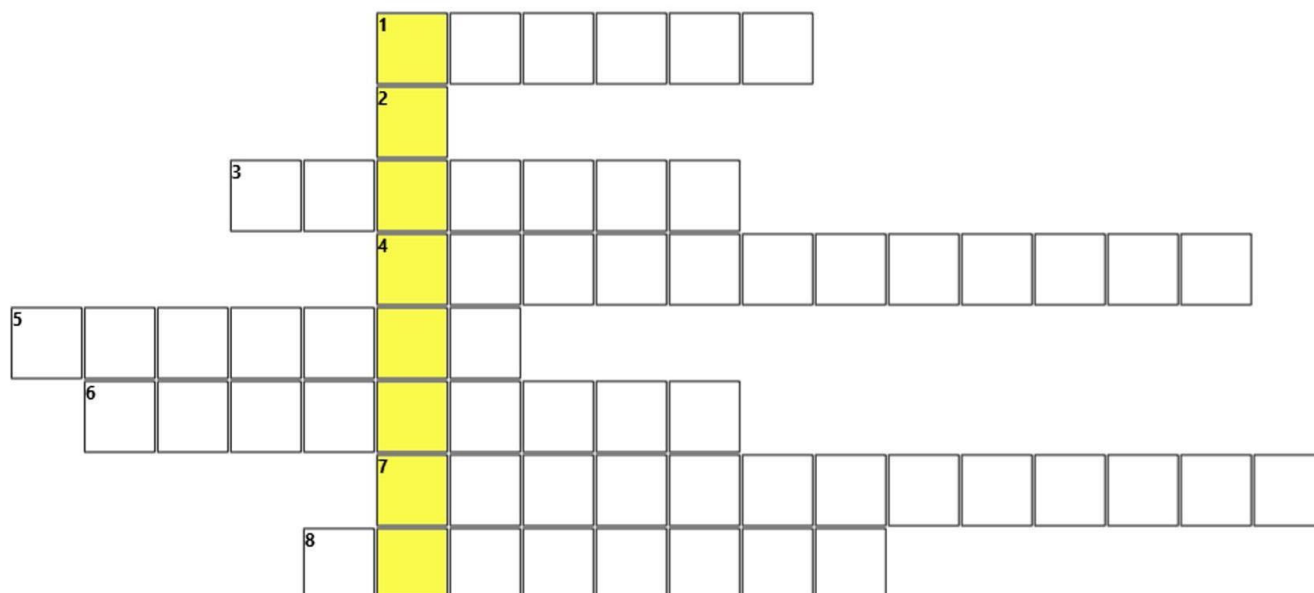
Verticales

1. Es posible generarlas artificialmente mediante IA.
4. Prejuicios en la IA que pueden llevar a decisiones injustas o discriminatorias.
5. Mecanismos para proteger información personal en sistemas de IA. Filtro de _____.
6. Tipo de aprendizaje automático que imita el funcionamiento del cerebro humano.
8. Herramienta de Microsoft que ayuda a programar y escribir textos.
9. Tecnología que convierte escrito en audio. Síntesis de _____.
11. Uso de IA para ayudar en la detección de enfermedades. Diagnóstico _____.

Palabras ocultas

Palabra oculta 1: Tecnología asistiva.⁶ El asistente invisible

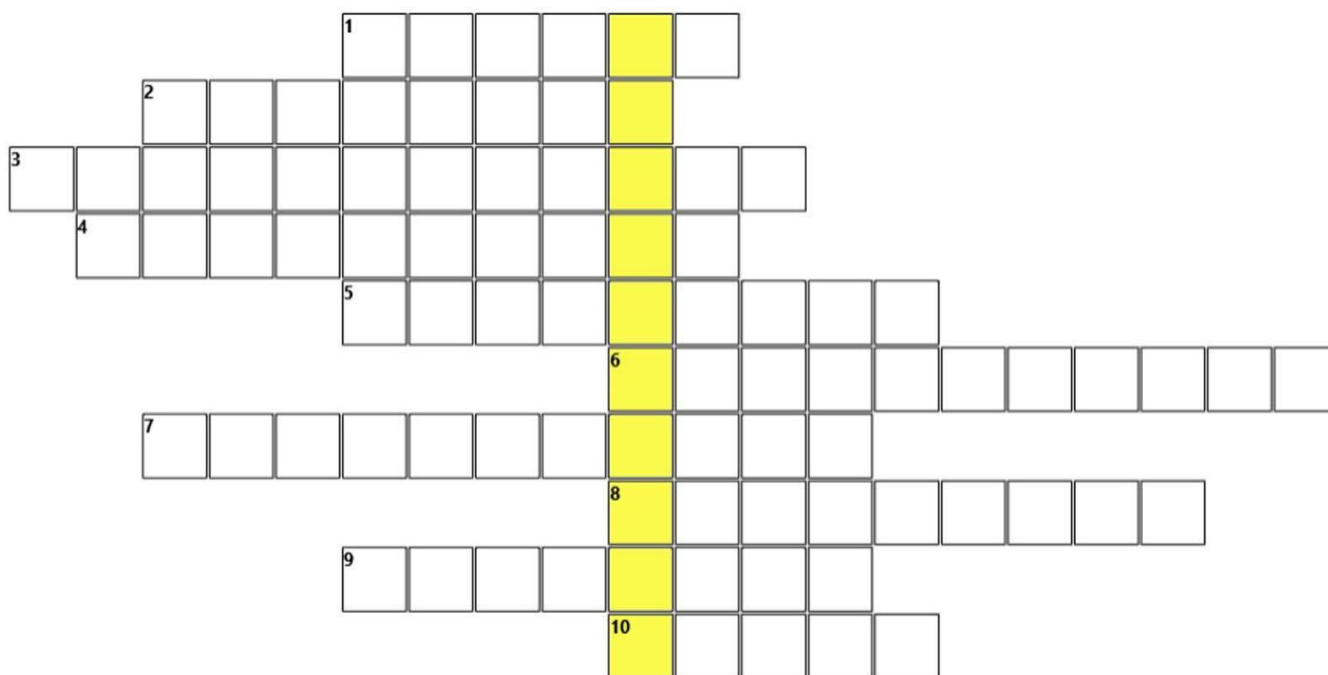
El asistente invisible



1. Lo que sientes cuando la IA simplifica tus tareas diarias.
2. Conjunción que conecta generaciones (abuelos ____ nietos).
3. Plataforma donde ves vídeos recomendados por IA.
4. Tipo de aprendizaje que permite a la IA mejorar con la experiencia.
5. Lo que hace la IA con fotos antiguas para mejorarlas.
6. Lo que hace la IA cuando organiza tus fotos automáticamente.
7. Proceso de convertir audio en texto.
8. Red _____ (estructura cerebral que inspira a la IA).

⁶ Las tecnologías asistivas o asistenciales son aquellos dispositivos o softwares destinados a mejorar el funcionamiento de personas con discapacidades (N. del E.).

Palabra oculta 2: Seguridad digital. Protegiendo su mundo digital



1. Lo que generas cuando describes una imagen para la IA.
2. Lo que hace el filtro anti-spam con correos no deseados.
3. Función que repara fotos antiguas dañadas.
4. Tipo de inteligencia artificial que genera contenido nuevo.
5. Lo que representa una red neuronal artificial.
6. Capacidad de la IA para generar cuadros y música.
7. Lo que hace la IA con mensajes de voz para convertirlos en texto.
8. Videos falsos creados con IA que parecen reales.
9. Lo que ofrece un chatbot a personas que se sienten solas.
10. Lo que necesitas darle a la IA para que aprenda (plural).

Soluciones

Sopa de letras I: Conceptos básicos

Z	X	T	N	L	R	B	R	F	T	E	A	A	K
U	I	U	G	I	C	H	D	B	N	S	A	P	G
X	U	N	B	C	H	A	T	B	O	T	L	N	D
D	A	T	O	S	A	U	E	N	Y	L	Z	X	T
Y	G	R	A	P	R	E	N	D	I	Z	A	J	E
N	F	R	E	D	N	E	U	R	O	N	A	L	G
P	A	T	R	O	N	E	S	G	X	D	Q	F	G
V	C	O	M	P	U	T	A	D	O	R	A	R	D
B	K	T	G	O	I	Q	B	L	C	P	T	A	I
W	E	A	R	T	I	F	I	C	I	A	L	K	N
T	U	I	N	T	E	L	I	G	E	N	C	I	A
I	Z	K	H	L	E	X	X	H	V	Z	F	B	G
P	K	S	R	C	F	L	Z	B	H	V	H	U	M
Q	T	C	R	A	M	V	L	N	C	B	U	R	Q

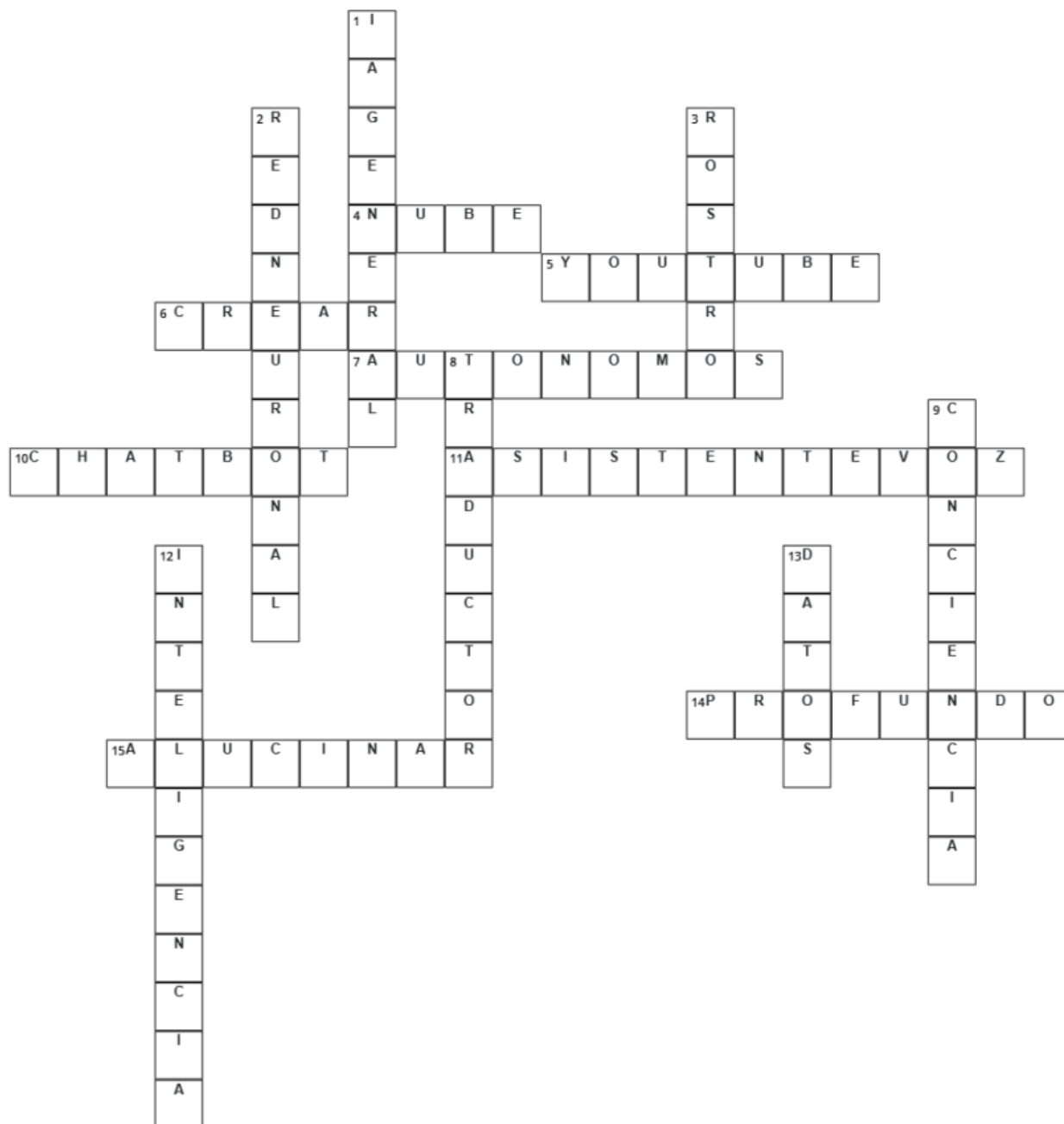
Sopa de letras 2: La IA en su vida

E	O	D	M	Y	E	A	Q	B	L	G	P	J	Q
M	V	W	L	O	D	B	C	K	F	M	D	X	B
P	W	L	E	U	F	H	Q	S	O	U	E	L	N
W	J	M	J	T	R	C	M	P	T	O	S	O	F
D	W	C	D	U	A	N	T	O	O	H	B	G	T
E	A	C	I	B	V	Y	B	U	S	P	L	L	E
K	E	P	U	E	U	V	V	V	O	I	O	R	M
A	S	I	S	T	E	N	T	E	Q	M	Q	U	W
Z	T	R	A	D	U	C	T	O	R	V	U	T	A
U	S	E	F	H	L	X	I	R	Y	L	E	P	B
J	S	H	Z	I	W	X	C	N	P	Q	O	Q	H
N	T	W	W	U	Z	N	C	E	N	G	P	S	Q
A	R	E	C	O	M	E	N	D	A	C	I	O	N
J	K	D	A	U	T	O	N	O	M	O	C	S	Z

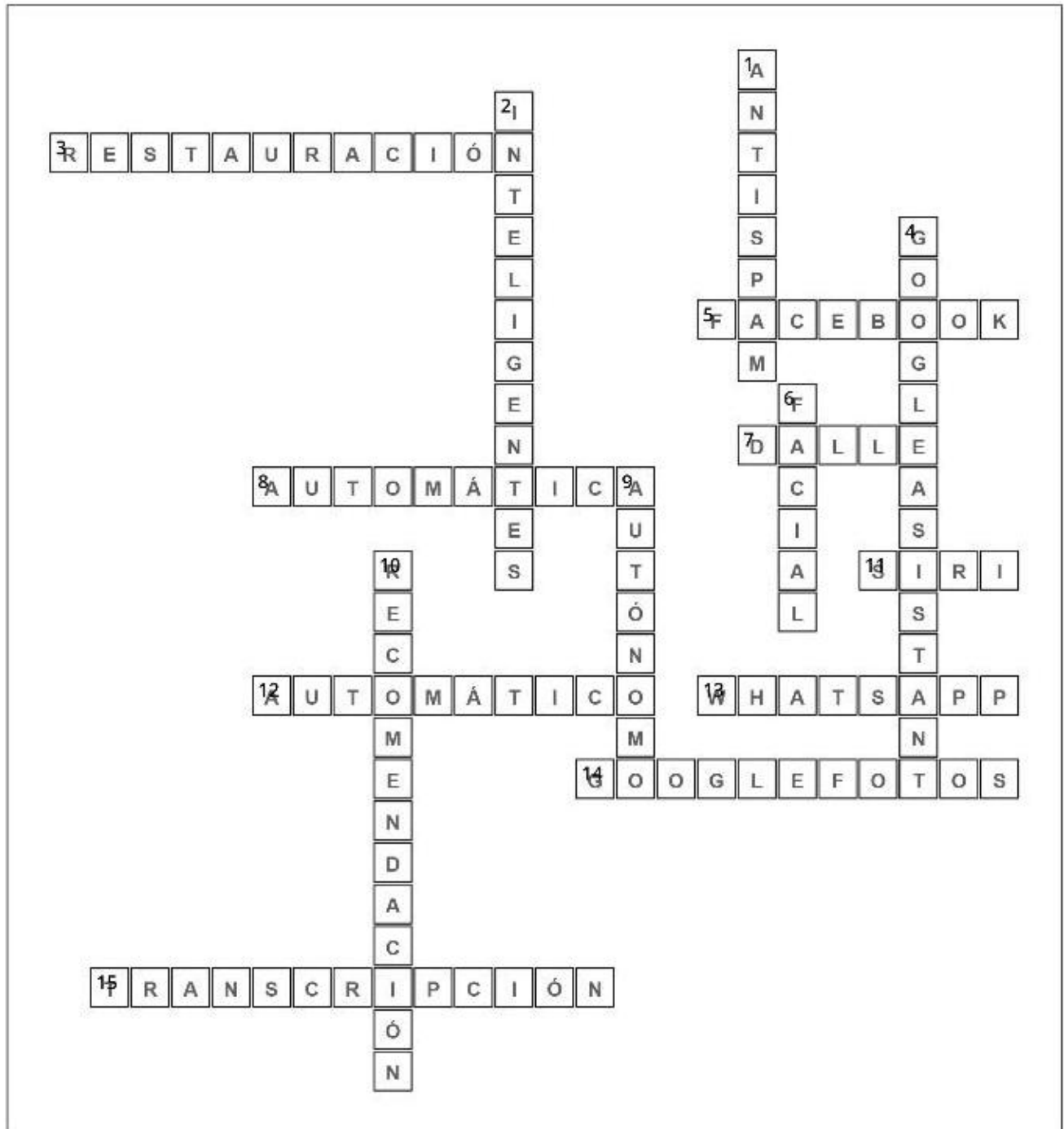
Sopa de letras 3: El futuro y la seguridad

E	F	Y	C	E	D	I	J	P	E	F	E	M	E
P	I	Z	R	Z	A	E	S	T	H	H	Y	O	I
X	Y	R	E	T	K	L	E	X	Y	M	B	N	N
G	G	O	A	B	Z	G	U	P	E	Y	T	O	T
W	Z	P	T	W	Y	E	Q	C	F	X	Z	H	E
C	M	R	I	R	F	I	V	Q	I	A	Q	S	L
S	N	I	V	O	E	T	A	Z	H	N	K	F	I
P	X	V	I	B	É	T	I	C	A	Z	A	E	G
B	A	A	D	O	Q	A	M	S	Y	L	K	R	E
E	T	C	A	T	V	G	E	L	U	Q	Q	N	N
C	A	I	D	S	O	W	I	F	S	P	L	O	C
V	D	D	T	H	X	S	W	G	Y	E	E	D	I
R	C	A	G	D	H	A	V	C	K	T	F	R	A
M	I	D	S	E	G	U	R	I	D	A	D	P	F

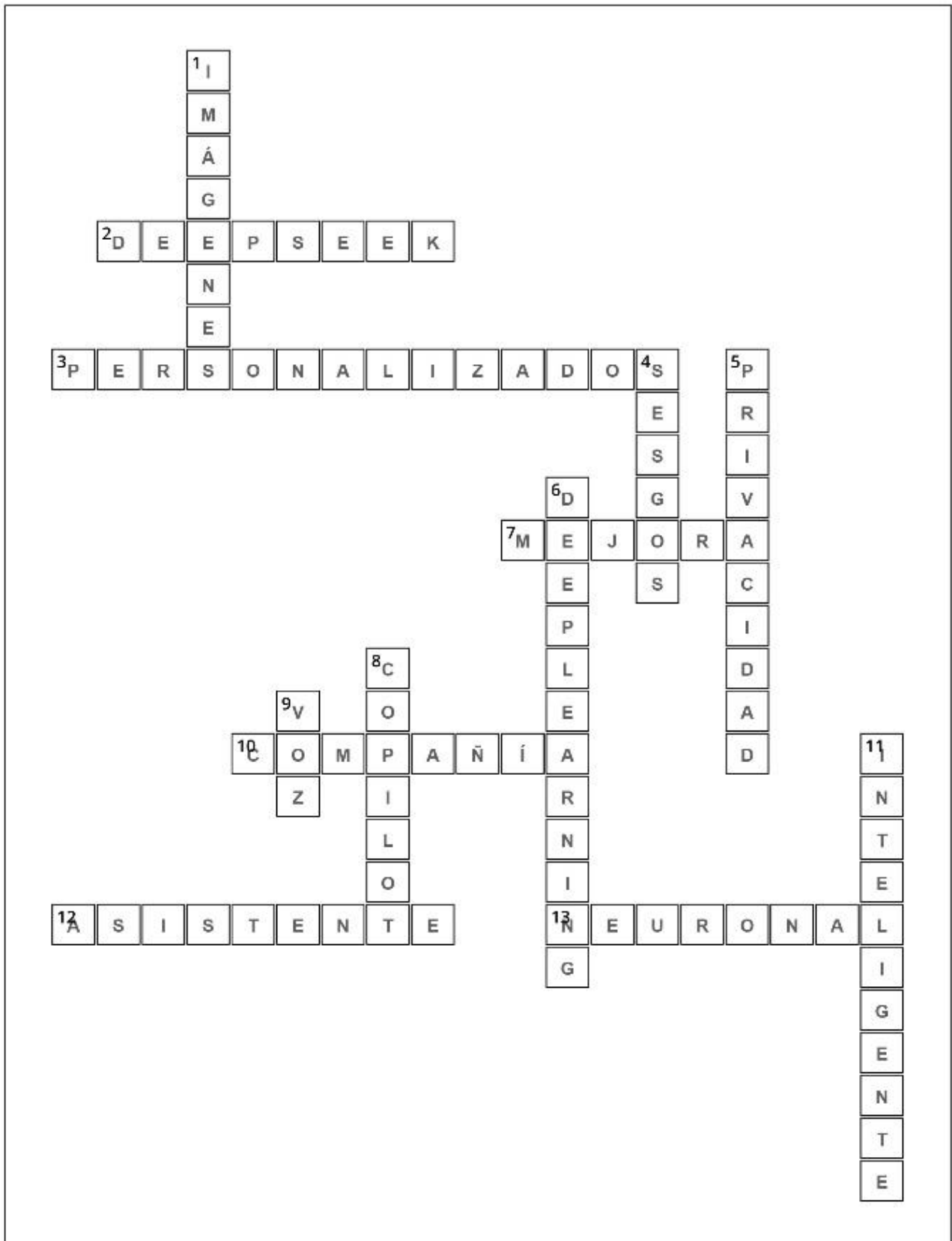
Crucigrama I: Lo esencial



Crucigrama 2: IA en su día a día

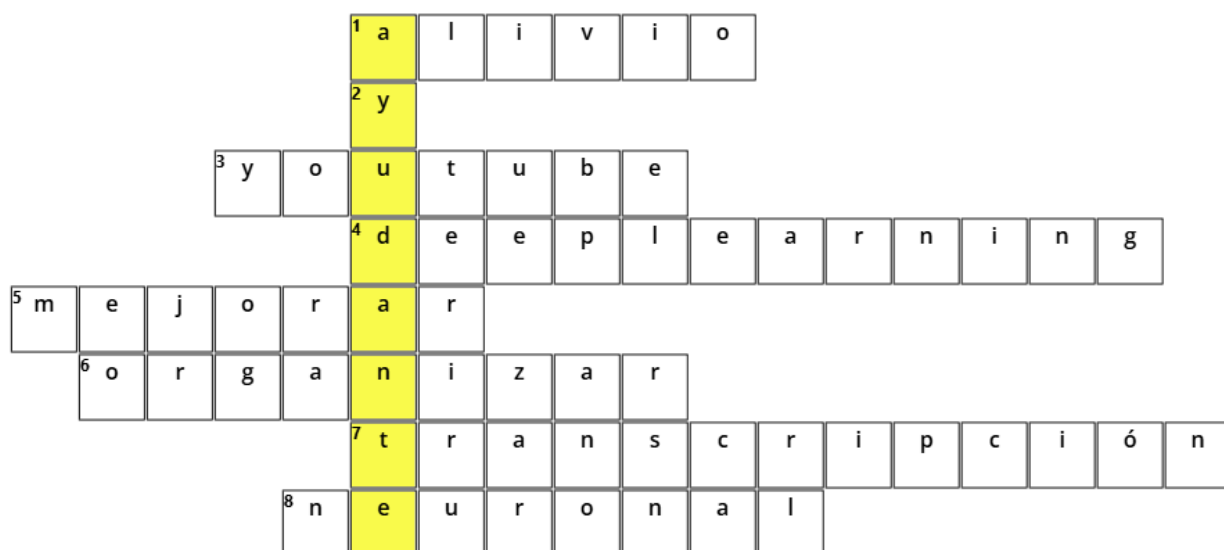


Crucigrama 3: Conceptos y herramientas de IA

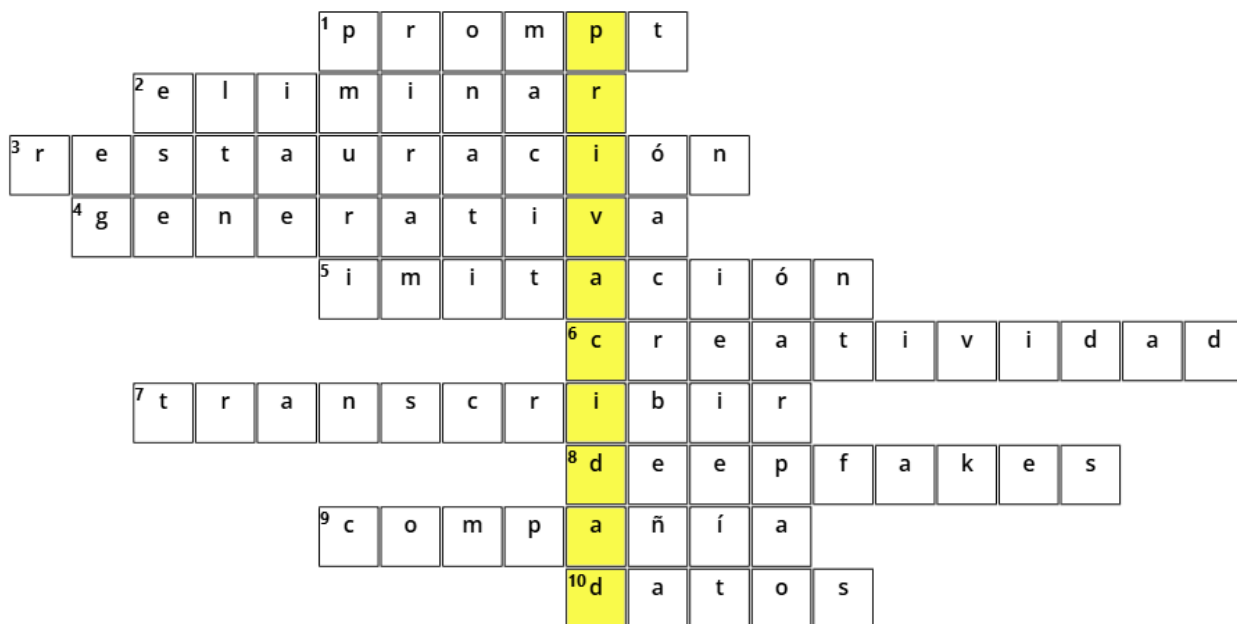


Palabras ocultas

Palabra oculta 1: Tecnología asistiva



Palabra oculta 2: Seguridad digital





Dra. C. Yailé Caballero Mota

Es miembro de la Academia de Ciencias del Mundo (TWAS); miembro titular de la Academia de Ciencias de Cuba y presidenta de su filial en Camagüey-Ciego de Ávila. Investigadora titular y profesora titular de la Universidad de Camagüey y miembro de la Estación de Académicos del Mundo, enmarcada en la Universidad de Estudios Internacionales de Hebei, en la República Popular China.

Ha recibido más de 125 premios y distinciones, entre ellos: la Orden Carlos J. Finlay otorgada por el Consejo de Estado de la República de Cuba; 10 Premios de la Academia de Ciencias de Cuba; el Premio TWAS de la Academia de Ciencias del Mundo en la Categoría de Ciencias de la Computación; el Premio a Experto Extranjero Distinguido, de la provincia de Hebei, de la República Popular China; Profesora Distinguida de la Universidad de Estudios Internacionales de Hebei, siete Distinciones Especiales del ministro de Educación Superior; el Premio Nacional a Joven Investigador en la Categoría de Ciencias Técnicas; el Premio Nacional Pablo Miquel de la Sociedad Cubana de Matemática y Computación; el Premio Sofía Kovalevskaya, auspiciado por la Fundación Kovalevskaya, en la Universidad Estatal de Arizona, en Estados Unidos; entre otros.

Ha participado en más de 255 congresos nacionales e internacionales y tiene más de 160 publicaciones científicas. Ha participado en más de 35 proyectos de investigación y desarrollo y tiene 44 registros de *softwares* en el Centro Nacional de Derecho de Autor. Ha tutorado 46 trabajos de diploma, 66 tesis de maestría, 14 tesis doctorales y actualmente dirige cinco tesis de doctorado a defenderse en los próximos 3 años, las cuales responden a investigaciones y aplicaciones de alto impacto e importancia para la soberanía tecnológica cubana.



Dra. C. Miriela Milagros Escobedo Nicot
Profesora titular de la Universidad de Oriente (UO), Santiago de Cuba. Directora de Informatización de la UO desde el año 2022. Es miembro activo de la Sociedad Cubana de Matemática y Computación, de la Asociación de Reconocimiento de Patrones, de la Unión de Informáticos de Cuba, de la cual es parte del Consejo Provincial de la Delegación de Base de Santiago de Cuba y miembro del Capítulo provincial de Derecho e Informática de la Unión de Juristas.

Ha participado en más de 60 congresos nacionales e internacionales y es autora de diversas publicaciones en revistas indexadas en bases de prestigio y de la Web of Science. Ha participado en más de 15 proyectos de investigación y desarrollo y tiene 12 registros de *softwares* en el Centro Nacional de Derecho de Autor. Ha tutorado 36 trabajos de diploma, cinco tesis de maestría, y actualmente dirige tres tesis de doctorado a defenderse en los próximos 3 años, relativas a aplicaciones de la inteligencia artificial en la salud.

Ha recibido los siguientes premios y reconocimientos: Premio Anual de la Rectora Extensión Universitaria (2011), Sello Forjadores del Futuro (2013, 2016, 2020), Premio Provincial Exposición Forjadores del Futuro (2014, 2017), Premio Provincial del CITMA (2015, 2024), Premio Anual de Salud (2020), Distinción por la Educación Cubana (2023) y Premio de la Academia de Ciencias de Cuba (2024).



Dra. C.Yanela Rodríguez Álvarez

Doctora en Ciencias Técnicas, investigadora y profesora auxiliar de la Universidad de Camagüey. Especialista en gestión de relaciones internacionales académicas y especialista en inteligencia artificial aplicada a la salud, la educación, el desarrollo socioeconómico y otras áreas.

Galardones nacionales: Premio CITMA en tres ocasiones (2017, 2023, 2024); Premio del Ministerio de Educación Superior por la Investigación Científica (2018); Premio de la Academia de Ciencias de Cuba (2018); Premio del Rector al Resultado de Mayor Impacto Científico (2021) y el Premio Provincial a la Innovación Tecnológica (2020).

Ha participado en más de 70 congresos y eventos científicos nacionales e internacionales y cuenta con 15 publicaciones científicas en revistas indexadas (Scopus, SciELO), 5 libros como autora principal o coautora, y 3 registros de *software* en el Centro Nacional de Derecho de Autor. Ha participado en más de 18 proyectos de investigación y desarrollo, incluidos proyectos internacionales ERASMUS+ y colaboraciones con China y Bélgica.

Ha dirigido 22 trabajos de diploma, 3 tesis de maestría y una tesis doctoral en Ciencias Médicas, y actualmente dirige una tesis doctoral y dos tesis de maestría, enfocadas en aplicaciones de inteligencia artificial de alto impacto para la salud pública, la energía y la transformación digital de Cuba.

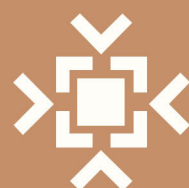
Este título constituye un aporte al reto social del envejecimiento demográfico en Cuba. En el país más envejecido de América Latina y el Caribe, las autoras aportan un texto orientado a que los adultos mayores mantengan una vida activa y saludable. A través de sus páginas, en lenguaje claro y asequible, se promueve su acercamiento crítico y práctico a la inteligencia artificial (IA), entendida como un conjunto de tecnologías digitales con creciente impacto en la vida cotidiana.

La obra busca facilitar espacios de interacción intergeneracional, fortalecer la autoestima y calidad de vida, y atenuar riesgos de exclusión, aislamiento y soledad. Tal y como afirman las creadoras, al concluir su lectura las personas mayores podrán dialogar con mayor seguridad sobre la IA, comprender sus nociones básicas y utilizarla como herramienta de apoyo para hacer su vida más sencilla, participativa y conectada.

Este libro ha sido elaborado con el acompañamiento de herramientas de IA, empleadas como apoyo en procesos de documentación, organización y redacción preliminar, bajo la supervisión crítica y la validación académica de las autoras. De este modo, la obra no sólo explica la IA, sino que también ejemplifica el uso responsable, ético y creativo de estas tecnologías.



**Ediciones
Universidad
de Camagüey**



Ediciones UO